*Осадчая Наталия Юрьевна, инструктор по физической культуре,*

*Биргер Юлия Александровна, педагог-психолог*

*МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 54»*

*Конспект*

*интегрированного занятия по физической культуре*

*для детей разновозрастной группы компенсирующей направленности*

*Адаптированная общеобразовательная программа для детей с ТНР.*

«**В гости к нам идет весна.»**

с элементами кинезиологии.

**Цель** : коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей детей с ОВЗ.

**Задачи:**

1.коррекция нарушений физического развития;

2.формирование двигательных умений и навыков

3. Укрепление здоровья и закаливание организма.

3.воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

**Организационный момент**. Создание эмоционально положительного фона. Дети входят в спортивный зал. Строятся в одну шеренгу.

***Психолог***  Придумано кем-то просто и мудро

При встречи здороваться :« Доброе утро »

Доброе утро!- солнцу и птицам,

Доброе утро!- улыбчивым лицам.

И каждый становится добрым, доверчивым

Пусть «Доброе утро» продлится до вечера.

***Инструктор*** Добрый день тебе сказали

«Добрый день » ответил ты

Как две ниточки связали

Теплоты и доброты.

***Инструктор*** включает запись пьесы П. И. Чайковского «Подснежник»

***Психолог*** читает стихотворение:

Звонко с крыши капли скачут,

Над окном сосульки плачут.

Скачут капли мне в ладошку,

И на бабушкину кошку,

На ступеньки, на перила.

Кошка даже рот открыла.

Звонко скачут капли с крыши.

К нам весна идет.

Мы слышим: Кап! Кап! Кап! Кап!***(Н. Нищева*** )

инструктор выключает маг­нитофон .

***( презентация)***

***Инструктор.*** Пришла весна желанная и всё ожило кругом. Какие же чудеса приготовила весна? Весной становиться теплее, растаял первый снежок. Ах, посмотрите сколько лужиц ! Вот и первые чудеса.

Расцвели первые цветы. Подснежник-это самый первый цветок после зимы .Он хоть и хрупкий ,нежный , но гордый и смелый ,потому что растет прямо из под снега. Его обдувает холодный ветер , но он не боится холода, а гордо стоит на своей ножке и приносит радость.

Я предлагаю вам отправится в весенний лес за подснежниками.

***Инструктор***. Идем осторожно, чтобы не затоптать нежную первую травку(ходьба на носках)

Чтобы не повредить молодые веточки.( ходьба в полуприсяде)

Мы в лужицу не пойдем ,а мы лужицу обойдем.( ходьба змейкой)

Чтобы «не замочить ножки» ,надо их высоко поднимать.

Через лужицу шагай , ножки выше поднимай!

Перешагиваем через лужицы ( ходьба широким шагом)

Побежали наперегонки с ручейками( легкий бег).

Оббегаем лужицы (бег змейкой).

Бегите за мной по дорожке, здесь нет «лужиц».

***Психолог.*** Вот мы с вами и очутились на пригорке , на солнечной полянке.

**Пальчиковая гимнастика «Весна на ладошках»**

|  |  |
| --- | --- |
| Ура! Весна уже пришла  Капель на улице слышна.  Кап-кап, кап-кап.  Кар-кар и чик-чирик –      Весенний шум и гам и крик. | *Дети хлопают в ладоши.*  *Взмахивают кистями рук по очереди.*  *Стучат указательным пальцем правой руки по ладошке левой руки.*  *Ритмично соединяют большой палец с четырьмя остальными, сложенными щепотью – клюв.*  *Хлопают в ладоши.* |

**Общеразвивающие упражнения (игровой стретчинг)**

Включить музыку звуки весеннего леса.

***Инструктор:*** Весной пригревает солнышко, и все вокруг радуются теплу. Давайте покажем, кто как радуется. Веточки деревьев, тянуться к солнышку.

**1.« Дерево»**

И.п. пятки вместе, носки врозь, руки опущены вдоль тела. Поднять прямые руки над головой- вдох. Опустить руки, расслабиться- выдох

**2. «Веточка».**

И. п. Узкая стойка, руки вытянуты вперед и сцеплены в «замок», ладонями наружу – вдох.

1- На выдохе – поднять руки над головой.

2- И. п

***Инструктор:*** Солнце светит ярко.

**3.« Солнышко».**

И.п. ноги на ширине плеч, руки в стороны.

На выдохе- наклониться в левую сторону, до пола, правая рука вытянута вверх.

***Инструктор***. Жизнь в лесу просыпается, и весна оживляет спавшую три месяца природу. По стволам и веткам деревьев ползают жуки, по земле прокладывают свои тропки муравьи. В воздухе слышно жужжание и стрекот, трели птиц разносятся по всему лесу.

**4. Жучок**

И.п.: лёжа на спине, поднять руки, ноги. Выполнять разноимённые сгибания, разгибания рук и ног «Жук шевелит лапками».

**5.«Божья коровка».**

И. п. : сидя на пятках, выпрямиться, потянуться вверх, сесть на пятки, наклон вперед, носом коснуться колен, руки отвести назад, и. п.

**6. «Змея».**

И. п. Лежа на животе, ладони под грудью, пальцами вперед.

1- На выдохе – подняться на руках, руки в локтях чуть согнуты.

2- И. п.

***Инструктор***: Вылетают бабочки.

**7. «Бабочка».**

(И.п. - сесть в позу прямого угла, согнуть ноги в коленях, соединить стопы. Колени развести. Руками обхватить стопы ног, спина прямая. Опустить развернутые колени до пола. Задержаться нужное время. Поднять колени с пола. Дыхание произвольное, движения динамичные

***Инструктор*** : Прилетают первые птицы.

**8. «Цапля»**

И.п. – стоя. ноги врозь, согнуть левую ногу и присоединить к бедру правой ноги , руки в стороны и вверх.

***Инструктор***: Птички увидели зёрнышки и попрыгали к ним: «Прыг – скок, прыг – скок».

**9 прыжки** на двух ногах с продвижением вперёд.

***Инструктор*** :Снег растаял еще не весь растаял. На земле остались еще проталины . Чтобы не промочить ноги не испачкать ножки мы пойдем через мост, по кочкам, а потом по камушкам на полянку, на пригорке, где распустились первые весенние цветы.

***Ходьба по наклонному мостику, по гимнастической скамейке, по корригирующей дорожку( с камушками) .Прыжки по коррегирующим коврикам ( выполняют 2 раза)***

***Психолог*.** Лес оживает после долгой зимы. На мокрой и холодной земле появляются первые подснежники. Это маленькие, нежные и хрупкие цветы, но какие же они сильные и выносливые! Подснежники не боятся пробиваться сквозь остатки снега, навстречу солнцу. Они не боятся также весенних заморозков.

**Упражнение "Выросли цветы".**

**Цель**: развивать координацию общих движений

Раз, два, три – выросли цветы  (*медленно встать из положения, сидя*)  
К солнцу потянулись высоко, высоко! (*поднять руки вверх и потянуться*)  
Цветам тепло и хорошо! (*обмахивать лицо руками.)*

***Игра под музыку « Собери подснежники в корзину»***

***пока звучит музыка дети собирают цветы в корзину.***

***Психолог*:** Давайте понюхаем цветы, вдохнём их аромат.

**Дыхательная гимнастика «Аромат цветов».**

Дети носом делают глубокий вдох, затем продолжительный выдох, произнося «Ах».

***Инструктор*.** Ребята, вам понравилась наша прогулка в весенний лес? Какие упражнения были самыми трудными? А что было легко? Хотели бы вы ещё сходить за первыми цветами? А теперь нам пора возвращаться в группу.

***Дети выполняют интонационную гимнастику,***

***идут змейкой инструктор несет корзину цветов.***

Если речка голубая пробудилась ото сна и бежит в полях, сверкая, — ***Значит, к нам пришла весна!*** (мальчики низким голосом)

Если снег везде растаял, И трава в лесу видна,и поет пичужек стая ***— Значит, к нам пришла весна!*** (девочки высоким голосом)

Если солнце разрумянит наши щеки докрасна, нам еще приятней станет, — ***Значит, к нам пришла весна***! (вместе своими интонациями)

***Психолог* :** Наше путешествие в весенний лес закончилось. Предлагаю немного отдохнуть.

***Рефлексивное упражнение « Солнечный лучик.»***

Дети стоят в кругу с закрытыми глазами.

*Мы работали, устали. Присели отдохнуть и задремали. Но вот солнечный лучик:*

*коснулся глаз – откройте глаза;*

*коснулся лба – пошевелите бровями;*

*коснулся носа – наморщите нос;*

*коснулся губ – пошевелите губами;*

*коснулся подбородка – подвигайте челюстью;*

*коснулся плеч – опустите и поднимите плечи;*

*коснулся рук – потрясите руками;*

*коснулся ног – лягте на спину и подрыгайте ногами.*

*Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся – вставайте, ребята.*

На этом наше занятие завершается, до свидания!

***Все движения детей сопровождаются показом презентации.***